



# Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 19.05.2026 floatend Uhr | Tobias Schulte

## Gut genug

Könnte auch schlechter laufen. Ich hatte jetzt Geburtstag – und ich hab Karten geschenkt bekommen für Leon Windscheid in Dortmund. Der ist Psychologe und tritt eben auch auf, um Leuten was mitzugeben... so aus der Psychologie fürs Leben.

Und eine Sache hab ich mir an dem Abend sofort ins Handy getippt: Das mit dem Gut-Genug-Gedanken.

Da geht's um ne Studie. Die Leute wurden gefragt so: Was macht dein Leben aus und wie könnte das auch anders sein? Und die Leute haben dann

vor allen Dingen erstmal drauf geguckt, wie ihr Leben noch besser sein könnte.

Also, wenn ich an Gesundheit denke, denke ich als erstes daran, so oah, ich hab schon immer wieder Rückenschmerzen. Und wenn ich das in vielen Bereichen so ähnlich mache, dann kann natürlich voll so ne große Unzufriedenheit entstehen.

Denn: Der Tipp von Windscheid ist eben, sich dabei immer mal wieder zu fragen: Was könnte gerade schlechter sein? Oder: Was ist gerade auch gut? Oder zumindest gut genug, so?

Und ich glaub: Gott hat noch n ganz anderen Tipp, was das angeht. Und zwar sich zu fragen: Was davon, was dein Leben ausmacht, hast du eigentlich dir selbst erarbeitet und was davon hast du auch anderen zu verdanken? Was hast du alles geschenkt bekommen?

Tobi Schulte, Soest.